

# UNIVERSIDAD TECNOLÓGICA DE PEREIRA

## CIENCIAS DEL DEPORTE Y LA RECREACIÓN

### NATACIÓN I

#### TALLER UNIDAD 2 ESTILOS ELEMENTALES

##### 1. Presentación:

Los estilos elementales son una propuesta metodológica y didáctica para la enseñanza y práctica de la natación a todos los niveles, que busca su fundamento y justificación en los nuevos e interesantes aportes de la psicopedagogía motriz aplicada al medio acuático. (Psicopedagogía Acuática.)



Esta propuesta se originó más como respuesta a la Problematicación cotidiana de docente y estudiantes, que colocó en el centro de la reflexión, la cuestión de las posibilidades motrices y adaptativas del hombre en el medio acuático, sus fines y enfoques, surgiendo una clara diferenciación entre los métodos y enfoques tradicionales de la natación (cuatro estilos clásicos competitivos, mariposa espalda pecho y libre), que se cuestionaron desde su filosofía y objetivos hasta sus planeamientos metodológicos y didácticos y desde luego sus contenidos temáticos, así como el aprendizaje de otras habilidades y destrezas técnicas no competitivas, orientadas mas hacia el desarrollo y estructuración del movimiento y su perfeccionamiento y sensibilidad para el dominio y control del medio acuático y por supuesto la mejor adaptación del ser humano al medio.

El principal fundamento teórico conceptual del modelo pedagógico de estilos elementales se centra en la teoría del Desarrollo y aprendizaje motor y su conexión con las bases neurofisiológicas del movimiento, aplicadas al desarrollo de habilidades acuáticas simples y complejas (aquatics skills) desarrolladas mediante los métodos de las pedagogías activas.

La propuesta de enseñanza de los estilos técnicos clásicos de la natación partiendo del aprendizaje de los estilos elementales obedece a los cuestionamientos que se hacen al llamado “*inmediatismo técnico de Habilidades deportivas*” que hace mayor énfasis en el resultado del objetivo propuesto, que en el proceso mismo de su consecución.

La crítica adquiere más sentido cuando se demuestra que este inmediatismo técnico no aprecia las diferencias de cada niño o persona y resuelve la selección por la vía de selección natural él más apto.

Desde la perspectiva técnica, los ESTILOS ELEMENTALES, *son destrezas natatorias básicas de desplazamiento, de carácter transicional ubicadas entre las habilidades motoras básicas y las habilidades complejas*, También podemos asimilarlos a *formas o técnicas globales de movimientos propulsivos en el agua que constituyen antecedentes motores, base de estructuras de movimiento de mayor complejidad y eficiencia.*

##### 2. Actividades a realizar:

1. Con su grupo de trabajo reúnanse, lean y discutan las preguntas claves y resuelvan los interrogantes planteados.
  - ¿Que son los estilos elementales de natación cuales son y que utilidad didáctica tienen?

- ¿Cuál es la importancia de su aprendizaje y como se aplican a la enseñanza de los estilos clásicos?
- ¿Cuáles son las teorías y autores que sustentan el modelo de los estilos Elementales?
- ¿Cómo se relacionan el aprendizaje de las destrezas motoras con las Funciones neuromotrices en el medio acuático?
- ¿Qué son progresiones metodológicas, cuáles son sus principios de Aplicación y que utilidad tienen en la enseñanza de la natación?
- ¿Cómo se relacionan las funciones motrices humanas con las Progresiones metodológicas de enseñanza de los estilos elementales?
- ¿Que son los esquemas cognitivos motrices y los esquemas operatorios y que papel cumplen en el proceso de aprendizaje motor?

I. Cada pareja de trabajo analiza los estilos elementales y desarrolla los siguientes aspectos:

- Realizar video en Windows Movie Maker de los estilos elementales explicando la progresión metodológica aplicable a la enseñanza de estos estilos.
- Explicar los principales errores técnicos más comunes en la ejecución de los estilos elementales.
- Proponer al menos cinco ejercicios prácticos con y sin elementos que ayuden a corregir la técnica de ejecución del estilo.
- Utilizando las fichas de evaluación de los estilos elementales realicen una sesión práctica en el agua y evalúense su nivel técnico de los estilos elementales.
- El grupo expondrá su trabajo en el grupo.

#### **4. PRODUCTOS DEL TALLER A ENTREGAR:**

**(Por favor elabore un informe único en Word con los cinco puntos y envíelo al correo: [natacionutp@hotmail.com](mailto:natacionutp@hotmail.com) )**

***1. Mapa conceptual de la unidad.***

***2. Video 2 min en formato Windows Movie Maker de los estilos elementales , incluyendo los alumnos de natación seleccionados. (progresión metodológica, errores, ejercicios de correcciones)***

***3. Fichas de calificación de la técnica de los estilos elementales.***

***4. Resumen de exposición unidad.***

#### **2. Bibliografía:**

Counsilman. LA Natación. J  
 Costill & Maglischo Natación,  
 Gallo. M. Estilos Elementales de Natación .De las habilidades acuáticas básicas a las técnicas globales de Nado"manual UTP. 2004  
 Rieschele K. Biomecánica de la Natación,